

## Zwangerschap

### 20 procent meer bloed in het lichaam



Zwangerschap

**Bij ongeveer de helft van de vrouwen ontstaan bij de eerste zwangerschap spataders. Bij de tweede zwangerschap hebben zelfs nog meer vrouwen last hiervan.**

En ook het risico op een trombose stijgt: in vergelijking met niet-zwangere vrouwen hebben zwangere vrouwen een drie tot vijf keer hoger tromboserisico. Tot zes weken na de geboorte van de baby stijgt het risico verder - in het bijzonder na een keizersnede of bij veel bloedverlies.

De oorzaken voor de verhoogde vatbaarheid voor vaataandoeningen ligt in de hormonale veranderingen en de grotere bloedhoeveelheid van ca. 20% reeds aan het begin van de zwangerschap. Ook de gewichtstoename verhoogt de druk op de aderen van de benen. De groeiende baarmoeder en het hoofdje van de baby drukken bovendien in de bekkenregio op de aderen en belemmeren de bloedstroom naar het hart. Hoe groter de buik, des te trager en minder beweeglijk wordt men. Daardoor worden ook de gewrichts- en spierpompen minder geactiveerd.

Ook bij vrouwen die tot dusver geen enkele indicatie voor zwakke aderen vertoonden kan deze extra belasting gevolgen hebben. De benen zwellen op en de zogeheten zwangerschapsspataders worden gevormd die vaak, maar niet altijd, na de geboorte van het kind weer verdwijnen. Vooral bij vrouwen waar ook andere risicofactoren aanwezig zijn - zoals een erfelijke bindweefselzwakte of overgewicht - vormt een zwangerschap niet zelden het begin van een chronische vaataandoening.

#### Met compressie voorkomen

Door het dragen van **medische compressiekousen** kunnen vaataandoeningen tijdens de zwangerschap voorkomen worden. Hier is drukklasse 1 reeds voldoende. Bij reeds bestaande vaatproblemen of sterke vochtophoping kan ook drukklasse 2 ingezet worden. Deze dienen vanaf de derde zwangerschapsmaand tot twee maanden na de bevalling of tot het einde van de borstvoedingsperiode gedragen te worden.

In het ziekenhuis of de kraamkliniek kunnen bovendien preventieve maatregelen tegen trombose worden genomen indien nodig. Deze bestaan uit speciale compressiekousen - de **tromboseprofylaxekousen** bewegingsadvies en eventueel een behandeling met antistollingsmedicijnen. Bij thuisbevallingen kunt u vooraf met uw arts over eventuele voorzorgsmaatregelen spreken.